

ANGSTLEITER

Denke an eine schwierige Aufgabe oder Situation und plane die Schritte, die du machen könntest, um dein Ziel zu erreichen.

Die herausfordernde Situation an der ich arbeiten mag ist:

Die Schritte, die ich machen muss ...

Schritt 1 (der einfachste):

Schritt 2:
